ВЛИЯНИЕ ДИСТАНЦИОННОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ НА ЗДОРОВЬЕ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19

Усенко Валерия Вячеславовна, Данилова Виктория Валерьевна, Щерба Елена Викторовна

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет, 194100, Санкт-Петербург, ул. Литовская, д. 2

E-mail: bondarenkovaleriya@list.ru

Ключевые слова: пандемия; дистанционное обучение; физическая активность; студенты

Введение. Пандемия новой коронавирусной инфекции (COVID-19) является глобальной угрозой для здоровья человечества [1]. Благодаря развитию программно-телекоммуникационной технологии, основанной на использовании современной компьютерной техники, в условиях пандемии дистанционное обучение стало единственной доступной средой для образовательной деятельности. Такая среда включает в себя совокупность технических и программных средств обработки и передачи информации, обеспечивающая оперативный доступ для преподавателей и обучающихся. У данного вида обучения есть как положительные, так и отрицательные аспекты. Учебный процесс требует от преподавателей и студентов высоких психоэмоциональных, психических и физических затрат [2,3,4]. У студентов так же, как и у преподавателей, увеличивается продолжительность работы за компьютером, что приводит к серьезной нагрузке на зрительный аппарат. При этом студенты иногда работают с учебными материалами в ночное время суток, в том числе при недостаточном освещении в комнатах. Также снижается уровень двигательной активности в связи с изменением компонентов дня. Но стоит отметить что дистанционное образование имеет преимущества, главным из которых является доступность образования для любого человека независимо от его географического положения. Другим плюсом является модульность. Каждый курс создает целостное представление конкретной предметной области, что позволяет создавать учебные программы для индивидуальных и групповых потребностей. Это позволяет проводить обучение большого количества людей и создать единую образовательную среду.

Цель исследования. Оценить влияние дистанционного обучения на здоровье преподавателей и обучающихся в условиях пандемии COVID-19.

Материалы и методы. Для реализации поставленной цели организовано анкетирование преподавателей и студентов с применением специально разработанного опросника для установления основных изменений состояния здоровья и проведен анализ полученных данных. В опросе приняли участие 120 студентов педиатрического, лечебного факультетов и 20 преподавателей. Анкета включала в себя 3 блока вопросов, соответствующих цели исследования.

Результаты. Согласно исследованиям, у 15,9% опрошенных отмечается повышенная утомляемость, частые головные боли. У 31% респондентов наблюдается резь, боль в глазах. Неподвижная, напряженная поза преподавателей и студентов в течении длительного времени, прикованного к экрану монитора приводит к усталости, возникновению боли в суставах. У 75% опрошенных отмечается боль в спине и суставах, для 34% они стали характерными на постоянной основе.

Заключение. Дистанционное обучение во время пандемии демонстрирует свою востребованность, но в то же время негативно сказывается на состоянии здоровья всех участников учебного процесса. Однако при анализе данных отмечено, что при соблюдении профилактических рекомендаций специалистов возможно снизить объем отрицательных проявлений.

Литература:

1. Иванов Д.О., Заболотский Д.В., Корячкин В.А., Алекандрович Ю.С., Копылов В.В., Пузырев В.Г., Набиева А.С., Бондаренко В.В., Баннова С.Л., Устинова А.С., Погорельчук В.В. Лечение детей, инфицированных COVID-19, в непрофильном стационаре // Педиатр. 2020. Т. 11. № 2. С. 5–14.
2. Пузырев В.Г., Бондаренко В.В., Карчевская А.О., Данилова В.В., Капырина Ю.Н. Исследование синдрома профессионального выгорания на примере специалистов отделения анестезиологии и реанимации // Сибирский научный медицинский журнал. 2020. Т. 40. № 5. С. 106–112.
3. Щерба Е.В., Ковалева С.В. Психоэмоциональное состояние учащихся. Вестник Российского государственного медицинского университета. 2001; № 2. С. 180. 4. Шкода А.М., Озорнина О.А. Факторы, влияющие на здоровье педагогов. Студенческая наука — 2018. Рецензируемые научно-практические материалы Всероссийского научного форума студентов и молодых ученых с международным участием. 2018. С. 143–144.